

PLANNING GROEP: **S2023-H09G05**

LOCATIE

Individuele sessies:

Moveren

Rijshaak 3, 4251 SC Werkendam

Groepssessies:

Vlechtwerk

H.J. Roubosstraat 3, 4251 BZ Werkendam

Sessies met fysio (woensdag):

Fysiotherapie Andel

Abraham Kuijperstraat 35, 4281 MG Andel

COACHES

Susanne Matena (leefstijlcoach)

Christa Goldschmeding (fysiotherapeut)

Margo van Wingerden (diëtist)

GROEPSESSIES BASISPROGRAMMA (6 maanden)

Wekelijks op donderdag 17.00-18.00 uur

Let op!: de sessies met de fysiotherapeut zijn op woensdag 18.30-19.30 uur

2023

Do 07/12 17:00-18:00 uur

Do 14/12 17:00-18:00 uur

Do 21/12 17:00-18:00 uur

2024

Wo 03/01 18:30-19:30 uur

Wo 10/01 18:30-19:30 uur

Do 18/01 17:00-18:00 uur

Do 25/01: 17:00-18:00 uur

Wo 31/01 18:30-19:30 uur

Do 15/02: 17:00-18:00 uur

Do 29/02 17:00-18:00 uur

Do 07/03 17:00-18:00 uur

Do 14/03 17:00-18:00 uur

Do 21/03 17:00-18:00 uur

Wo 27/03 18:30-19:30 uur

Do 11/04 17:00-18:00 uur

Do 18/04 17:00-18:00 uur

Wo 24/04 18:30-19:30 uur

Do 09/05 17:00-18:00 uur

Do 16/05 17:00-18:00 uur

Do 23/05 17:00-18:00 uur

Do 06/06 17:00-18:00 uur

Do 13/06 17:00-18:00 uur

Do 20/06 17:00-18:00 uur

Do 27/06 17:00-18:00 uur

Do 04/07 17:00-18:00 uur

GROEPSESSIES ONDERHOUDSPROGRAMMA (18 maanden) 10.30-11.30 uur

Do 19/09 17:00-18:00 uur

Do 05/12 17:00-18:00 uur